

DERLEME / REVIEW

Affetme Kavramı ve Hemşirelik

The Concept of Forgiveness and Nursing

Merve ŞAHİN¹, Fatma DEMİRKIRAN²¹Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Aydın²Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Aydın

Geliş tarihi/Received: 05.04.2022

Kabul tarihi/Accepted: 22.09.2022

Sorumlu Yazar/Corresponding Author:

Merve ŞAHİN, Doktora Öğrencisi
Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri
Enstitüsü Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği
Anabilim Dalı, Aydın

E-posta: mmrvshn@gmail.com

ORCID: 0000-0002-4924-970X

Fatma DEMİRKIRAN, Prof. Dr.

ORCID: 0000-0002-5817-8982

Bu çalışma, 20-23 Ekim 2021 tarihinde çevrimiçi olarak gerçekleştirilen VI. Uluslararası X. Ulusal Psikiyatri Hemşireliği Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

Öz

Affetme, son yıllarda, yapılan araştırmalarla ruh sağlığı alanında söz edilir bir kavram olmaya başlamıştır. Affetme kavramının anlaşılabilirliği ve farkındalığının artması, hemşirelik girişimlerini zenginleştirecek ve hemşirelik mesleğinin profesyonel gelişimine katkı sağlayacaktır. Bu çalışmada, affetme kavramının tanımı, affetme modelleri, affetmenin ruh sağlığı üzerindeki etkileri ve hemşirelik uygulamalarında kullanımı incelenmiştir. "Affetme" kavramı, Türkçe sözlükte; bağışlamak, birinin sorumluluğundaki bir görevden ayrılmasına izin vermek, hoşgörü ile karşılamak olarak tanımlanmıştır. İngilizce sözcük tanımlarında "forgiveness" kavramı; bağışlamak, kişinin yaptığı bir hata için onu suçlamaktan ve ona kızmaktan vazgeçmek veya kişiyi cezalandırmamak, intikam almamak anlamları taşımaktadır. Yapılan çalışmalar hem affeden hem de affedilen bireylerin sosyal ilişkilerinin yanında ruhsal ve fiziksel sağlıklarında da iyileşme olduğunu ortaya koymuştur. Hemşireler, doğumdan ölüme kadar yaşam dönemlerinde, bireylere bakım verme ve bu sırada bireylerin karşılanması gereken gereksinimlerini belirler. Bu durum hemşirelere; affetme, affedilme, affetmeme sorunları ile mücadele eden hasta ve hasta yakınlarının affetme gereksinimlerinin karşılanmasında da benzersiz bir konum sağlar. Sonuç olarak; soyut bir kavram olan affetme, yapılacak olan çalışmalarla daha iyi anlaşılabilir. Bununla birlikte, hastalara yararlı olduğu için, hemşirelerin affetme konusunda farkındalık kazanıp, bakımın bir parçası olarak uygun durumlarda yardımcı bir süreç olarak kullanması önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Affetme, hemşirelik, ruh sağlığı.

Abstract

In recent years, forgiveness has started to be a notable concept in the field of mental health with researches. Understanding and increasing awareness of the concept of forgiveness will enrich nursing initiatives and contribute to the professional development in the nursing field. This study examines the definition of the concept of forgiveness, forgiveness models, the effects of forgiveness on mental health, and its applicability in nursing practices. In the Turkish dictionary, the term "affetme" (forgiveness) is defined as forgiving, allowing someone to leave a task under in their responsibility and tolerating. The word "forgiveness" as an English word is defined as "to stop hating and resenting a person because of a mistake they have done," or "not to punish the person, nor take revenge." Previous studies revealed that both of forgiving and forgiven individuals were seen to improve their mental and physical health, as well as their social bonds. Nurses determine the needs of individuals to care for individuals during their life stages from birth to death and to meet the needs of individuals during this time. This situation provides nurses with a unique position in meeting the forgiveness needs of patients and their relatives who struggle with forgiveness, to be forgiven and unforgiveness. As a result, forgiveness, which is an abstract concept, will only be better understood by practicing it. Since it is helpful for patients, it can be recommended that nurses to gain awareness about forgiveness and to use it as a tool to help process in appropriate situations as part of care.

Keywords: Forgiveness, nursing, mental health.

1. Giriş

Affetme kavramı, yıllar boyunca din, adalet ve felsefe alanlarında incelendiği görülmektedir. Yapılan çalışmalarla, son yıllarda ruh sağlığı alanında da söz edilir bir kavram olmaya başlamıştır. Fromm, Jung, Freud, Adler ve Horney gibi psikoterapi kuramcıları affetme konusunu dile getirmedikleri için, affetme ile ilgili kuramsal bilgiler yetersizdir (1). McCullough, Pargament ve Thoresen (2) psikolojide affetme kavramından uzak durulmasını; affetmenin dini bir konu olarak görülmesi ve uzun yıllar sadece gözlemlenebilir olgulara odaklanılmış olmasına bağlamaktadırlar.

Affetmenin ruh sağlığı, psikoterapi, psikofizyoloji, gelişim ve sosyal psikoloji alanlarında etkileri 1980'lerden sonra giderek artmıştır. Affetme konusuna ilgi artışının sebebi Worthington (3)'a göre dünyanın birçok yerinde yaşanan çatışmalar rol oynamıştır. Affetme kavramı o dönemden başlayarak bugüne kadar ruh sağlığı alanında popüler bir araştırma konusu olmuştur (2). Ancak, affetme kavramı ve hemşirelerin affetme kavramını uygulamalarda nasıl kullanacağı yeterince açık değildir. Bu makale, affetme kavramının anlamı ve hemşirelik uygulamalarında kullanımını incelemek amacıyla yapılmıştır. Makalede; affetme kavramının sözlük tanımlamalarına, teorik tanımlamalarına, gelişimine, kavramı etkileyen faktörlere, kavramın ruh sağlığı üzerindeki etkilerine ve hemşirelik uygulamalarında kullanım şekillerine yer verilmiştir.

1.1. Sözlük Tanımları

Affetme kavramı afeve kökünden türeyen Arapça kökenli bir kelimedir. Affetme kelimesi, Türk Dil Kurumu Sözlüğü'nde "bağışlamak", "hoşgörü ile karşılamak, mazur görmek", "birinin sorumluluğundaki bir görevden veya işten çıkmasına izin vermek" olarak tanımlanmaktadır (4). İngilizce sözcük tanımlarında isim olarak "forgiveness" kavramı, "bağışlamak", "kişinin yaptığı bir hata için onu suçlamaktan ve ona kızmaktan vazgeçmek veya kişiyi cezalandırmamak", "intikam almamak" anlamlarını taşımaktadır (5).

Affetme, "özrü kabul etme", "hataya göz yumma", "uzlaşma", "hata yapan kişiyi mazur görme", "incitici olayı unutma ve inkar etme" kavramları ile sıklıkla karıştırılmaktadır (6). Oysa, affetme kavramını; Hargrave ve Sells (7), hatalı bir kişiye yönelik oluşan öfkenin bitirilmesi; DiBlasio ve Proctor (8), duygusal yaralanma ve ilişkilerin tamiri; North (9), hakkı olan öfke ve kızgınlık gibi duygulardan bastırılmadan gönüllü şekilde vazgeçme; Smedes (10), zarar veren kişinin cezalandırılmadan bağışlanması; Piderman (11) ise, kin ve acıdan, intikam ve kızgınlık düşüncesinden vazgeçmeyi kararlaştırmak şeklinde tanımlamaktadır.

Minas (12)'a göre affetme kavramının kesin bir tanımlaması bulunmamaktadır. Aşağıda teorisyenlere göre affetme kavramının tanımı irdelenmiştir.

1.2. Teorik Tanımları

Enright, Gassin ve Wu (13) affetmeyi, "suçlu olan kişiye karşı hissedilen olumsuz duygu (öfke, korku, düşmanlık) ve düşüncelerle başa çıkmak, maruz kalınan durumun etkilerini, üzüntüsünü inkar etmek değil, hatalı olan kişiye karşı merhamet, yardımseverlik ve sevgi hislerini göstermeye gayret etmek" olarak tanımlamaktadırlar.

Enright ve Coyle (14) affetmeyi, "bireyin kendisine yönelik kusur işleyen ve kendisini inciten kişiye karşı, haketmediği merhamet ve sevgiyi göstererek, gücenme, darılma, kin tutma, öç alma gibi olumsuz davranma hakkından vazgeçme isteği" olarak tanımlamaktadırlar.

Enright ve Fitzgibbons (15) affetmeyi, "bireylerin gerçekten haksızlığa uğradıklarını düşündüklerinde, istemli olarak öfke duygusundan ve karşıt tepkilerden vazgeçmeleri ve suçlu kişiye karşı merhamet, koşulsuz sevgi, cömertliği ve manevi sevgiyi içeren yardımseverlik ile tepki vermeye gayret etmeleri" olarak tanımlamaktadır.

Denham ve ark. (16) göre ise affetme, kişinin kendine yapılan hatayla ilgili hissettiği düşmanlık, kızgınlık, öfke ve korku gibi negatif duyguların sevgi, merhamet gibi pozitif duygulara dönüşmesidir. Yani mağdur kişinin zararın bıraktığı izleri kabullenmesi ve gönüllü olarak cezalandırmaktan, intikam almaktan ve kin gütmekten vazgeçmesidir.

Affetme konusundaki araştırmaların çoğu, kişinin başkalarını affetme istekliliğine odaklanmıştır. Oysa; affetme hem kendine dönük hem de kişilerarası affetme boyutları içeren bir süreçtir.

"Affetme"nin; kendini affetme, başkalarını affetme, durumların veya olayların affedilmesi olarak boyutları bulunmaktadır.

1.3. Affetmenin Boyutları

1.3.1. Kendini Affetme

Kendini affetme, kişinin kendine odaklı bir yapıdır. Hall ve Fincham (17)'e göre kendini affetme; kişinin kendisiyle çok çetin yüzleştiği, sancılı ve zor bir süreçtir. Bu süreçte kişinin, yaptığı hatanın sorumluluğunu üstlenmesi ve hissettiği duyguları açıkça belirtmesi gerekmektedir. Yoksa kişi yaptığı hatayı duygusal ve bilişsel süzgeçinden geçirmeden kendini affetme sürecine girerse, muhtemelen bu gerçek affetme olmayıp, inkar veya bastırma olacaktır. Enright (18)'a göre, "gerçek kendini affetmek, suçluluk, pişmanlık ve utanç duygusundan kaynaklanmaktadır." Örn. "Ben kötü biriyim" demek utanç hissettiren, acı veren aşağılayıcı bir duygudur. Böyle bir duyguya değersizlik, küçük düşme hissi, güçsüzlük ve çekingenlik hisleri eşlik etmektedir. Bunun yerine, "kötü bir şey yaptım" hissi ile belirli bir davranış üzerine odaklanmak gerekir. Böylece yapılan bir hataya ilişkin pişmanlık, öfke, suçluluk gibi duygular özür dileme, yapılan hatayı itiraf etme gibi davranıştaki düzelmeyi sağlamaktadır. Aslında kendini affetme ile kişiler utanç, suçluluk, öz eleştiri, öfke duyguları ile sağlıklı bir şekilde baş etmektedirler.

1.3.2. Başkalarını Affetme

İnsanlar, başkası tarafından haksızlığa uğradığında hissettiği öfke, üzüntü, kızgınlık gibi duygulardan isteyerek vazgeçip; haksızlığa karşı sevgi, merhamet, cömertlik gibi olumlu duygularla tepki verirse kişiyi gerçekten affetmiş olur (15).

Mağdur olanların bazıları yaşanan durumu ya da kişiyi mazur görerek, yok sayarak, tahammül ederek veya hoşgörü ile karşılayarak olumsuz duygularını azaltmaya çalışırken; bazıları da intikam alarak, kin güderek işini soğutmaya ve acılarını azaltmaya çalışabilir (19).

Ayrıca suçlu kişi mağdur kişiye karşı hatanın sorumluluğunu inkar ederek, hatasını basite indirgeyerek, samimiyetsiz bir şekilde özür dileyerek veya savunmacı bir tavırla tepki vererek davranıyorsa mağdur kişi için affetmek çok zor ve ruhsal olarak endişeli bir hale gelmektedir. Aslında, mağdur kişi hatanın sebepleri ve sonuçları üzerine düşünüp, duruma karşı daha az suçlayıcı bir anlayış geliştirdiği zaman öfkeden merhamete doğru duygusal bir ilerleme sağlanmış olur (20).

1.3.3. Durumu Affetme

Durumun affedilmesi, doğal afetler, hastalık gibi birinin kontrolünün dışındaki durumları affetmeyi kapsar. Sebebi olmayan bir durumu affedebilme eşsiz bir tutumdur. Olumlu beklentilerini yok eden durumlar karşısında örn. "iyi insanların başına sebepsiz yere kötü olaylar gelmez" ya da "ben sağlıklıyım" yargılarını taşıyan birisi kanser gibi bir hastalığa yakalandığında üzüntü, kızgınlık, öfke, suçluluk duygularıyla "bunu hak etmiyorum, hayatım mahvoldu" gibi olumsuz duygu ve düşünceler oluşturabilir. Nasıl ki, olumsuzdan olumsuza dönüşebilen duygu ve düşünceler oluşuyorsa aynı şekilde negatiften pozitif dönüşerek bu gibi durumlar affedilebilir (21).

1.4. Affetme Modelleri

1.4.1. Enright Affetme Süreç Modeli

Enright (18) affetmeyi süreç müdahale modeli olarak sunmuştur.

Affetme Süreç Modeli, kendini ve başkalarını affetme olarak ikiye ayrılmaktadır. Bu süreçte müdahaleler; ortaya çıkarma, karar, çalışma ve derinleşme olarak dört aşamada gerçekleştirilmektedir. Ortaya çıkarma evresinde; kişi yaşamış olduğu hatanın kendisi ve başkaları için ne ifade ettiği, bu hatanın kişinin hayatında ne denli önemli olduğu ile ilgili farkındalık kazanmaktadır. Bu evrede, kişinin acı, öfke, üzüntü, utanç gibi olumsuz duygularıyla yüzleşmesi ve kabul etmesi beklenir. Karar evresinde; kişi affetmenin işe yarayıp yaramadığını anlamaya çalışmaktadır. Kişi, affetmeye istekli olabilir fakat tam affetme henüz gerçekleşmemiştir. Bu evrede, kişinin affetme kararını davranışa dönüştürmeden önce, affetme düşüncesini, affetmenin ne olduğunu ve yararının ne olacağını düşünmesi beklenir. Çalışma evresinde; affetmeye karar veren kişi, kendini ve hata yapan kişiyi farklı bir bakış açısıyla anlamaya çalışmaktadır. Bu evrede, kişide anlayış, empati ve merhamet duygularının dahil olduğu duygusal dönüşümler ortaya çıkmaktadır. Böylece, kişinin daha olumlu bir bakış açısı geliştirmesi beklenir. Son evre olan derinleşme aşamasında ise; kazandığı yeni bakış açısıyla kişi öfke, üzüntü gibi olumsuz duygularının yerine sevgi, güven gibi olumlu duygularını koyar. Kişi, yaşadığı olumsuz etkilerden kurtularak duygusal rahatlama deneyimler, kişisel gelişimi için yararlı yeni hedefler oluşturur ve önemli bir sonuç olan ruhsal iyileşme ortaya çıkar.

Waltman (22) koroner arter hastaları ile yaptığı çalışmada, Enright'ın affetme süreç modeline dayalı 10 haftalık bireysel affetme programının kalp hastaları üzerinde psikolojik ve fizyolojik etkilerini incelemiştir. On yedi katılımcının kan basıncı ve nabız ölçümlerinin yanında öfke, affetme, umut ve kaygı düzeylerine de bakılmıştır. Affetmeye istekli deney grubunun, öfke ve affetme düzeylerinde olumlu yönde fark bulunmuştur.

1.4.2. Worthington Affetme Modeli

Diğer bir model ise, Worthington (3) tarafından geliştirilen "Worthington Affetme Piramit Modeli"dir. Bu model, "REACH" kelimesi ile kısaltılan, belirli bir hatayı affetmeye yönelik beş aşamadan oluşmaktadır (23).

R-(Recall) "Hatırlama / Duyguları uyandırma": Tarafsızca acı/üzüntü veren, kırgınlıklarınızı düşünüp hatırlamak.

E-(Empathize) "Empati": Suçlu kişiyi anlamaya çalışmak ve onun gözüyle olayı analiz etmek.

A-(Altruism) "Özgeçilicilik / Başkalarını düşünme": Kırıldığınız/üzüldüğünüz/affedildiğiniz zamanı düşünmek ve sonra suçlu kişiyi affederek ödüllendirmek.

C-(Committing) "Söz Verme": Suçlu kişiyi alenen affetmek ve affettiğinizi ifade etmek.

H-(Holding On) "Sözünde Durmak / Sürdürmek": İncindiğinizi unutmamak ama affetmeyi sürdürdüğünüzü kendinize hatırlatmak.

1.4.3. Gordon ve Baucom Affetme Modeli

Gordon ve Baucom (24), travmatik olaylar yaşayan kişilerin ve büyük hataların affedilmesine yönelik bilişsel affetme modelini geliştirmişlerdir. Gordon ve Baucom (24), affetmenin, süreç gerektiren büyük bir ihanet, kişinin önceki eşe dair varsayımlarını, beklentilerini ve genel olarak onların ilişkilerini bozan kişilerarası bir travma durumlarında gerekli olduğunu ileri sürmektedirler.

Modele göre, affetme etki, anlam ve devam etmek olarak üç aşamada gerçekleştirilmektedir. Etki evresinde; kişi yaşadığı acı, üzüntü gibi duygularını fark eder. İkinci aşama olan anlama evresinde, kişi neden acı çektiğini ve suçlu kişiyi anlamaya çalışır (ihanetin neden oluştuğunu ve bunun ilişkiyi nasıl etkilediğini). Son evre ise, kişinin acı, üzüntü hislerini anlamlandırmaya çalıştığı, suçlu kişinin kendine ve ilişkisine dair yeni, gerçekçi beklentiler oluşturduğu iyileşme ve harekete geçme evresidir. Böylece öfke, acı, üzüntü gibi olumsuz duyguların azalması; güven, sevgi gibi diğer olumlu duyguların yeniden kazandırılması sağlanmış olur (24).

1.4.4. Hargrave Affetme Modeli

Hargrave (25), aile içi affetmeyi ele alan bir model sunmuştur. Model, aklama ve affetme olarak iki ana başlığa ayrılmaktadır. Aklama evresi; incinen kişinin, suçlu kişinin kusurlu davranışlarına yönelik içgörü kazanması ve anlayışlı olma çabasıdır. İçgörü, aile içinde yaşanan acıları ve ilişkisel hasarları somutlaştırma yeteneği olarak bilinir. İçgörü kazanıldığında, yaşanan acılar azalır, oluşabilecek ilişkisel zararların önüne geçilir. Anlayış, suçlu kişinin içinde bulunduğu koşulu, çabası, niyeti, sınırlılıkları ve gelişimine dikkat etmeyi içerir. Anlayışın gelişmesi ile kişi, suçlu kimsenin sorumluluklarını ortadan kaldırmasa da, suçlu kişinin de yanılabilceğini ve yanlış yapabileceğini kabul edebilir hale gelir. Anlayış gerçekleştiğinde, suçluluk hissinde azalma gerçekleşir.

İkinci süreç ise, affetme evresidir. Affetme evresi; gerçekleşen hasarı karşılamak için telafi fırsatı sunma ve açık bir şekilde affetme davranışı ile olur.

Böylece, suçlu kişinin davranışının sorumluluğunu alması ile ailede zarar gören güven yeniden oluşturulur ve geleceğe umutla, yeni bir güven ilişkisi içinde bakılır. Hargrave (25) bu dört ögeyi birer istasyona benzetmektedir. İnsanların, affetmeyi ve ilişkisel güveni sağlamaları için bu istasyonlar arasında gidip gelmeleri gerektiğini ifade etmektedir (25).

1.5. Affetmeyi Etkileyen Faktörler

1.5.1. Özür, empati, zararın şiddeti

Kişilerarası ilişkilerde her durumda affetmek için özür, bir ön koşul değildir. Çünkü bazı durumlarda mağdur olan kişinin suçlu ile iletişime geçmesi mümkün değildir. Ancak pişmanlık ifadesi ve samimi bir özür, affetmek için güçlü bir faktör olarak kabul edilmektedir (26).

Mullet ve Azar (26)'ın, Müslümanlar ve Hristiyanlar üzerinde yürüttüğü bir çalışmada, özür davranışının, incinen kişinin kızgınlığının azalmasında; suçluya karşı olumlu duyguların oluşmasında önemli olduğu ve özür dilenmesinin affetmeye doğru atılan ilk adım olduğu tespit edilmiştir. Benzer şekilde, Bugay ve Demir (27) üniversite öğrencileriyle yaptıkları bir çalışmada da, suçlunun özür dilemesinin affetmeyi arttırdığını göstermektedir. Bununla birlikte, zararın şiddeti arttıkça özürün kabul edilme olasılığı düşebilmektedir.

Affetmeyi etkilediği kabul edilen önemli faktörlerden biri de empatidir. Suçlu ile empati kurabilen bireylerde, empati eğilimlerin artmasına yönelik affetme eğilimlerin de arttığını belirten çalışmalar yer almaktadır (28, 29).

Affetmeyi etkileyen diğer faktörlerden biri de zararın şiddeti ve suça ilişkin özelliklerdir. Birçok çalışmada zararın şiddeti arttıkça affetmenin zorlaştığı tespit edilmiştir (17, 30). Bugay ve Demir (27)'in üniversite öğrencileri ile yürüttükleri çalışmada da, suçun büyüklüğü, suçun neden olduğu sonuçlar ve suçluya verilen önem arttıkça affetmenin azaldığı; özür dileme ve suçta algılanan sorumluluğun ise affetmeyi artırdığı tespit edilmiştir.

1.5.2. Kişilik özellikleri

Bir kişilik yapısı olarak sürekli affetme eğilimi olarak tanımlanan affedicilik, olaylardan ve durumlardan bağımsız olarak kişinin affetme eğilimini göstermektedir. Nitekim, Fehr ve ark. (30)'nın, affetme üzerine yapmış olduğu kapsamlı metaanaliz çalışmasında, affetme eğiliminin, uyumluluk, affedicilik (trait forgiveness), duygusal empati ile pozitif ilişkisi tespit edilirken; nevroitiklik, durumsal öfke ve öfke (trait anger) ile negatif ilişkisi tespit edilmiştir. Benzer şekilde ülkemizde, Atçeken (31)'in evli çiftler üzerinde yürüttüğü çalışmada, nevroitiklik kişilik özelliğine sahip kişilerin daha olumsuz duygu ve davranışlara sahip oldukları için affetme eğilimlerinin daha düşük olduğu; dışadönük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık kişilik özelliğine sahip kişilerin ise daha fazla uzlaşmacı oldukları düşünüülerek, affetme eğilimlerinin daha fazla, intikam davranışlarının ise daha düşük olduğu saptanmıştır. Ayrıca, narsizmin de affetme eğilimi ile negatif ilişkili olduğu; buna karşın alçakgönüllülikle pozitif ilişkilerinin olduğu belirtilmektedir.

Ayten (32)'in çalışmasında başkalarını affetme eğiliminin; gurur ile negatif, alçakgönüllülikle pozitif ilişkili olduğu belirlenmiştir. Ayten (32)'in çalışmasında çıkan bu sonuç,

bireyin kendisine yapılan olumsuz davranışı "gurur meselesi" olarak algılaması durumunda suçluyu anlama ve onun suçunu affetme eğilimini azalttığı, suçludan intikam alma eğilimini arttırdığını göstermektedir. Bununla birlikte alçakgönüllülüğün, suçlunun da bir insan olarak hata yapabileceğini düşünme eğilimi, arttıkça başkalarını affetme eğilimi de artmaktadır.

1.5.3. Dindarlık

Dünyadaki hemen hemen bütün dinler başkalarını affetme değerini övmekte, beşeri ilişkilerin sağlıklı şekilde devam edebilmesi ve toplumsal uyumun sağlanması için insanların affetmesini öğütlemektedir. Bu sebeple dindarlığın affetme eğilimini arttıran ve süreci destekleyen bir unsur olması beklenmektedir. Nitekim literatürde, dindar insanların affetmeye daha fazla eğilimli olduğunu ve affetmeye değer verdiğini göstermektedir (32-35).

1.5.4. Cinsiyet

Cinsiyet, araştırmalarda affetme düzeyini, affetme tarzlarını ve affetmenin sonuçlarını etkileyebilecek bir faktör olarak değerlendirilmektedir. Ahlaki gelişim, adalet tanımlaması, kültür, dini yönelim, bağlanma stilleri, başetme mekanizmaları arasındaki kadın erkek farklılıkları affetme ve cinsiyet ilişkisindeki farklılıklara sebep olabilecek faktörler olarak değerlendirilmektedir (36, 37).

Bu konuda en kapsamlı çalışma, Miller ve ark. (37)'nin 70 farklı araştırmanın değerlendirildiği metaanaliz çalışmasının sonucunda, kadınların affetme eğilimlerinin erkeklerden anlamlı düzeyde yüksek olduğunu bulmuşlardır. Bu duruma sebep olan tek değişkenin intikam duygusu olduğunu tespit etmişlerdir. İntikam duygusu affetmeye engel olarak değerlendirdiği için, bu nedenle erkeklerin affetme eğiliminin kadınlardan daha az olduğu şeklinde yorumlanmıştır. Nitekim toplumsallaşma sürecinde de, kadınlar ilişkideki uyumu yakalamaya yönlendirilirken, erkekler adaleti kendi elleriyle sağlama ve saldırgan olma konusunda yöreklendirilmektedirler (37). Literatürde, ayrıca, cinsiyet faktörü dindarlık düzeyini de etkilemektedir. Yapılan çalışmalar, kadınların erkeklerden daha dindar olduklarını saptamışlardır (33, 34). Bu sebeple kadınların erkeklerden daha affedici olması, kadınların daha dindar olması ile ilişkilendirilmiştir. Din sadece bireysel bir maneviyat alanı değildir, aile ve evlilik değerleri gibi sosyal ilişkileri de etkilemekte ve şekillendirmektedir. Dinin bütün bu sosyal etkileri, kadın ve erkeklerin suçluya ilişkin yaklaşım tarzlarını şekillendirebilmektedir (33, 34, 37).

Ahlaki gelişimdeki cinsiyet farklılıkları da affetmenin cinsiyete göre değişmesini etkileyebilir (37). Öncelikle, Kohlberg ve Gilligan'ın teorisine göre, kadınlar erkeklerden daha çok ilişkilerini korumaya isteklidir. İnsan ilişkilerine verdikleri önem ve ilişkilerini koruma ve devam ettirme isteği, kadınları adalet aramaktan (intikam ve sosyal mekanizmalarla) affetmeye daha çok teşvik etmektedir. İkincisi yine Kohlberg ve Gilligan'ın teorisine göre, erkekler kadınlardan daha fazla adalet aramaya eğilimlidir. Bir suçla karşılaştığı zaman erkekler, kadınlardan daha fazla resmi ve toplumsal adalet ya da bireysel adalet (intikam, ödeşmek, adaleti sağlamak gibi teşebbüsler) arayışı içinde olurlar. Bu teoriler kadınların erkeklerden daha affedici olması beklentisini desteklemektedir (37).

Gull ve Rana (36)'nın Müslüman örnekleme yaptıkları bir çalışmada, affetmenin etkisi açısından kadınlarla erkekler arasında farklılık tespit etmişlerdir. Erkekler affetmenin psikolojik iyi oluş ve yaşam memnuniyetlerini arttırdığını ifade ederken, kadınlar affetmenin daha toleranslı olmaya ve olumsuz duyguları azaltmalarına katkı sağladığını ifade etmişlerdir. Yapılan diğer çalışmalarda ise, cinsiyet farklılığının kendini ve başkalarını affetmede bir farklılaşmaya sebep olmadığı tespit edilmiştir (31, 32). Bu çalışmaların Türkiye'de yapılmış olması, kadın ve erkeklerin affetme eğilimlerinin birbirine benzediği ve affetmenin cinsiyete göre farklılık göstermediği şeklinde yorumlanmıştır.

1.5.5. Yaş

Affetme eğilimi ile yaş grupları arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalarda, yaşla birlikte affetme eğiliminin arttığı belirlenmiştir (35, 38, 39). Mullet ve ark. (39)'nın yetişkinler üzerine yaptığı araştırmada, genç yetişkinlerin affetme eğilimlerinde bireysel ve sosyal şartların (o zamanki ruh halleri, aile ve arkadaşlarının affetmeleri gerektiğini düşünüp düşünmemeleri, affetmemenin zararlı sonuçları düşünmeleri) yaşlılara göre daha etkili ve motive edici olduğunu tespit etmişlerdir. Bununla birlikte yaşlılarda koşulsuz affetme ön plana çıkmıştır. Yine Girard ve Mullet (38) 15-96 yaşları arasındaki bir örnekleme yaptıkları çalışmada, yaşla birlikte affetmenin arttığını ortaya koymuşlardır. Yaşlı grubun büyük çoğunluğunun koşulsuz affetme eğiliminde olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca koşulsuz affetmenin özellikle yaşlı grupta ön plana çıktığını ortaya koymuşlardır. Araştırmacılar, bu kişilerin Enright'ın teorisine göre, yani Sevgi Olarak Affetme seviyesine ulaştıkları şeklinde yorumlamışlardır. Diğer bir açıklaması ise, yaşlılar, yeni ilişkiler kurmaktansa var olan ilişkilerini devam ettirme eğiliminde olurlar. Çünkü yeni ilişkiler kurma imkânları diğer gruplara göre daha kısıtlıdır. Ayrıca affetme yaşlıların kurdukları ilişkilerini kurtarmalarına yardımcı olur, bu nitelik de doğal olarak ilişkilerin niteliğini artırır, niceliğini azaltır.

Krause ve Dayton (40)'a göre, eğer inanç yaşla birlikte daha derinleşmekte, içten ve önemli hala gelmekte ise, affetme de dinin ayrılmaz bir parçası ise, o zaman yaşlılar ve gençler arasında affetme eğilimleri arasında önemli bir fark olacaktır. İnsanlar yaşlılık dönemine girdiklerinde geçmiş yaşantılarını daha bütüncül bir şekilde değerlendirmeye daha çok vakit ayırırlar. Başkalarını affetme eğilimi özellikle bu süreçte etkin olabilmektedir. Bu dönemdeki yaşamı gözden geçirmenin gelişim ödevlerinden biri, pişmanlıklarla yüzleşmek, ruhsal çelişkilere bir çözüm bulmak, akrabalar ve yakın ilişki içindekiler ile bir uzlaşma sağlamaktır (40). Bu yüzden affetme, yaşlılık döneminde geçmiş başarıları bir şekilde değerlendirme ve hayatın kaçınılmaz sonuna daha iyi hazırlanmada önemli bir mekanizma olarak değerlendirilmektedir.

1.5.6. Kültür

Miller ve ark (37) affetmenin birçok kültüre göre benzerlik göstermekle birlikte farklı kültürlerden bireylerin affetmeyi kavramsallaştırması ve tecrübe etmesinde bazı nüanslar olduğunu belirtmektedir. Öncelikle kültürlere göre adalet, adaletsizlik, suç ve kabahat gibi kavramların anlamları değişmekte; bu da kültürler içinde affetmenin tanımlanmasında farklılıklara sebep olabilmektedir. Aynı şekilde bireylerin içinde yaşadığı grup ve grubun benimsediği kültürel değerler, affetme sürecini etkileyebilmektedir (32, 37).

Affetmenin kültürlere göre nasıl değişebileceğinin anlaşılmasına yardımcı olan en önemli yaklaşım, son 25 yıl içinde kültürel farklılıkları kavramsallaştırmada en çok kullanılan bireyci ve toplulukçu toplumlar şeklindeki sınıflandırmadır (41). Literatürde bireycilik ve toplulukçuluğun pek çok farklı tanımı mevcuttur ve bu tanımlar özellikle kişinin başkalarıyla olan ilişkilerine odaklanmaktadır. Bireyci kültürlerde, bireyler içinde buldukları gruptan bağımsızdırlar ve özerklik gereksinimleri büyüktür. Kişinin davranışları kendi ihtiyaçları ve tercihleri doğrultusunda belirlenir. Kişinin kendi amaçlarına ulaşması önceliklidir ve başkalarıyla çatışma olağandır. Toplulukçu kültürlerde ise, kişi kendini bağımsız bir birey olarak değil bir grubun parçası olarak görür. Kişinin davranışları grubun istekleri doğrultusunda belirlenir. Kişiler için grubun amaçları bireysel amaçların önüne geçer ve grup içi uyum önemlidir, çatışma hoş görülmez (41).

Ayten ve Gashi (42)'nin Kosovalı ve Türk üniversite öğrencileri üzerinde yürüttükleri araştırma sonucuna göre, Kosovalı öğrencilerin, hayat memnuniyeti ve affetme eğilimi ortalamaları Türk öğrencilerine göre daha yüksektir. Ayrıca, Kosovalı öğrencilerin kendilerine karşı bir suç işleyenine, yaptığı suçun nedenini bulmaya yönelme, onu anlamaya çalışma ve onun iyi yönlerini düşünme gibi affetmeye yönelik özelliklerinin de daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Bugay ve Mullet (43)'in Türkiye ve Fransa'daki üniversite öğrencilerinin affetme yaklaşımlarını karşılaştırdıkları çalışmada ise, Türklerin, Fransız öğrencilerine göre affetme ve affedilmeyi isteme puanlarının daha düşük olduğu ve Türk katılımcıların koşullara yönelik duyarlılıklarının daha yüksek olduğu bulunmuştur.

McFarland ve ark. (44)'nin yaşlı siyahiler ve beyazlar üzerine yapılan çalışmada, siyahilerin beyazlara göre daha yüksek düzeyde affetme eğilimi olduğunu belirtmişlerdir. Yine bu çalışmada, özellikle yaşlı siyahilerde affetmenin fiziksel ve ruh sağlığı üzerine olumlu etkileri yaşlı beyazlara göre daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

1.6. Affetmenin Ruh Sağlığı Üzerine Etkileri

Affetmenin ruh sağlığı üzerine etkilerini incelemek için birçok araştırma yapılmıştır. Literatürde, başkalarını ve kendini affetmenin anksiyete ve depresyonu azalttığı; umut, iyi oluş, benlik saygısı ve yaşam doyumunu artırdığı belirlenmiştir (17, 27, 42, 45, 46). Ayrıca, affetmenin, bireylerin mutluluk düzeylerini de yükselttiği saptanmıştır (46). Nitekim bireyin kendine ve başkalarına karşı hissettiği öfke, pişmanlık, utanç ve suçluluk duygularının çeşitli ruhsal rahatsızlıklara (anksiyete bozukluğu, depresyon, TSSB gibi) sebep olabileceği belirtilmektedir (15, 47).

Tse ve Yip (48) tarafından yapılan bir araştırmada, affetmenin depresyonu azalttığı, psikolojik iyi oluş düzeyini yükselttiği ve söz konusu etkileri sayesinde de bireylerin kişilerarası uyum becerilerini geliştirdiği belirtilmiştir.

Krause ve Ellison (49) yaşlı bireylerle yaptığı bir çalışmada; başkalarını affetmenin, yaşam doyumunu artırırken; ölüm kaygısı, depresif somatik belirtiler ve depresif duyguları azalttığını ifade etmişlerdir. Allah'ın affetmesinin dilenmesinin de, depresif duyguları azalttığı ve yaşam memnuniyetini artırdığı ifade edilmiştir. Affedilmenin, kendini affetmeye de yardımcı olabileceği gösterilmiştir.

Witvliet ve ark. (50), TSSB yaşayan gaziler ile yaptığı bir çalışmada; kendini ve başkalarını affetmemenin, anksiyete, depresyon ve travma sonrası stres bozukluğunu arttırdığını bildirmişlerdir. Freedman ve Enright (51)'in enest mağdurlarıyla yaptığı çalışmada; affetmenin, kaygı ve depresyonda iyileşme sağladığını ifade etmişlerdir. Vatasever (52) alkol bağımlılığı olan bireylerin alkol bağımlılığı olmayanlara göre kendini affetme puanlarının anlamlı derecede daha düşük ve utanç-suçluluk duyguları puanlarının ise daha yüksek olduğunu bildirmektedir.

Worthington ve ark (45), affetme ve sağlık üzerine yapılan araştırmaları inceledikleri çalışmada; kronik olarak affedememenin, özellikle tansiyon ve kardiyovasküler hastalıklara neden olabileceğini belirtmektedirler. Ayrıca, çalışmada, affedici insanların daha sağlıklı davranışlara, daha iyi bir fiziksel sağlık durumuna sahip olduklarını; daha az sigara ve alkol kullandıklarını, daha az depresyon, kaygı ve kişilerarası problem yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Hansen ve ark (53) palyatif bakımda kanserli hastalarla yaptıkları çalışmada; ölmekte olan hastaların kendini ve başkalarını affetmesiyle; öfke ve suçluluk duygusunda azalma, aile ile uzlaşma ve psikolojik iyi oluşun arttığını bildirmişlerdir. Ayrıca, yapılan diğer bir çalışmada, affetmenin, hastaların ağrı ve acılarıyla baş etmelerinde de etkili olduğu vurgulanmıştır (54).

1.7. Affetme ve Hemşirelik

Hemşirenin mesleki rol gereği, hastalık, ölüm, yaşlılık gibi konular karşısındaki girişimlerinin farkına vararak bireyi hastalıklardan koruması, hastalandığında en iyi bakımı sağlaması, birey ölürken fiziksel, psikososyal çevreyi oluşturmaya ve yaşam kalitesini yükseltmesi beklenmektedir. Ayrıca rolü gereği, eğitcilik, danışmanlık, hasta ve yakınlarının duygularının farkına varması, kriz yönetimi ve öfke kontrolü süreçlerinde etkilidir (55).

Affetme, sosyal, fiziksel, ruhsal sağlığı ve psikolojik iyi oluşu etkilemektedir (17, 27, 42, 45-54). Affetmek kişinin kontrol, özsaygı ve özdeğer duygularını yeniden kazanmasını sağlar (56). Affetmek, aynı zamanda kişiye manevi ve ruhsal olgunluk kazandırırken öfke, suçluluk, utanç, kaygı, pişmanlık ve üzüntü gibi negatif duyguların azalmasına; kişinin sağlıklı ilişkiler kurmasına; ikili ilişkilerde ilişki doyumunun artmasına; kişinin anı yaşama becerisini geliştirmesine yardımcı olur (56). Hatta, affetmek kişinin ölümü kabul etmesini ve huzurlu ölümünü sağlar (57). Bu durum hasta ve yakınları ile 24 saat temasta bulunan hemşirelere; affetme, affedilme, affetmeme sorunları ile mücadele eden hasta ve hasta yakınlarının affetme gereksinimlerinin karşılanması ve uygun bir şekilde girişimlerde bulunmasında da benzersiz bir konum sağlar (58). Öfkenin, korkunun ifade edilmesi, manevi sıkıntılar ve bireylerin affetme ihtiyacı hemşirelik bakımında tanımlayıcı özellikler olarak kabul edilmektedir. Bireylere suçun hatırlatılması, suçlu ile empati kurması, affetmeyi taahhüt etmesi, affetmeme duygularının üstesinden gelmesi etkili hemşirelik girişimlerinin bileşenleri arasında yer almaktadır (59). Hemşireler, bu süreçte, bireylerin öfke, suçluluk, üzüntü, pişmanlık gibi duyguları, baş etme mekanizmaları ve bunların hayatlarına olan etkisinin farkına varmaları için desteklemelidir. Bununla birlikte, bireyin affetmeyi kavraması ve affetmenin kendini özgürleştiren bir seçenek olduğunu farkına varmasını sağlar. Bireyin affetme kararını alması süreci desteklenir.

Böylece, kendine/başkasına/duruma karşı farkındalık kazanan hasta ve yakınları, olumsuz duygu ve düşüncelerini olumlu duygu ve düşüncelere yönlendirip yeni yaşam anlamları kazanmış olur (56-59). Bu süreçte, öfke, suçluluk, hayal kırıklığı, pişmanlık gibi duygulara ve affetme ifadelerine tanık olan hemşirelerin bireyleri desteklemesi ve birey için en uygun, en yararlı, en etkili bakımı verebilmesi gerekmektedir.

Recine ve ark (60) hemşirelerle yaptıkları bir çalışmada, affetmeye karar veren hastaların, ilk olarak, suça ve suçluya karşı hissettikleri öfkenin kendileri için zararlı olduğunu farkına varmalarının sağlanması gerektiğini ifade etmişlerdir. Hastaların, bu öfkeyi bırakmasının onları özgürleştireceği, acıyı azaltacağı ve iyileştireceği içgörüsünün de kazandırılması gerektiğini belirtmişlerdir. Bu süreçte, hastaların öfkeyi bırakmaları ve affetmeyi seçmeleri için yargılayıcı olmayan, ilgi gösteren, dinleyen, güvenilir kişilerarası güç kaynağı olan hemşirelere gereksinim olduğunu saptamışlardır. Kongsuwan ve Locsin (61) yoğun bakım hemşireleri ile yaptıkları çalışmada da; insanların geçmiş hayatlarında iyi şeyler yapmadıklarına inandıklarını ve hastaların bilinçli oldukları süre boyunca affetmeye ihtiyaç duyduklarını, bu konuda hastaların motive edilmesi ve cesaretlendirilmesi gerektiğini ifade etmişlerdir. Bu nedenle, duygusal sıkıntı yaşayan hastalar için hemşirelik girişimlerinde affetme gereksinimleri de karşılanabilir. Renz ve ark (62) hastalarla yaptıkları çalışmada, yarım kalmış-bitirilmemiş işlerin olduğu, aile içi çatışmaların ortaya çıktığı ve ruhsal sıkıntılara neden olduğu için yaşamın sonuna odaklanmışlardır. Affetme sürecini; inkar, kriz, umut, karar verme ve affetme olarak beş aşamada özetlemişlerdir. Uyguladıkları affetme müdahalesi ile, hasta-aile ilişkilerine odaklanmış, hastaların duygularının farkına varmalarını sağlayıp, onurlu ve huzurlu ölümü sağlamışlardır.

Tae ve Youn (63) uterus, meme ve yumurtalık kanseri teşhisi konan otuz hastaya uyguladıkları "Affetme Hemşireliği Müdahale Programı"nın, kanserli kadınlarda umut ve yaşam kalitesini artırmada etkili olduğunu göstermişlerdir.

2. Sonuç ve Öneriler

Affetme sonuç değil, terapötik bir süreçtir. Soyut bir kavram olan affetme, yapılacak olan çalışmalarla daha iyi anlaşılacaktır. Hastalara yararlı olduğu için, hemşirelerin affetme konusunda farkındalık kazanıp bakımın bir parçası olarak uygun durumlarda yardımcı bir süreç olarak kullanması önerilebilir. Affetme kavramının hemşirelik uygulamalarında kapsamını belirleyebilmek için bu kavramın tartışılması ve araştırılmasına gereksinim vardır.

3. Alana Katkı

Hemşireler, eğitcilik, danışmanlık gibi rolleri gereği hasta ve hasta yakınlarının öfke, utanç, pişmanlık, kaygı, suçluluk, üzüntü gibi duygularını fark etme ve bu duygularını ifade etmelerini sağlamaktadırlar. Bununla birlikte, affetme kavramının anlaşılmasıyla, bireylerin başkalarına/duruma/kendisine karşı farkındalık kazanıp olumsuz düşüncelerini olumlu düşüncelere yönlendirip hem fiziksel hem de ruhsal iyileşme, yaşamdan doyum sağlama ve yeni yaşam anlamları kazandırılmış olacaktır. Ayrıca affetmenin, bireylerin kendini özgürleştiren bir seçenek olduğunu da farkına varması sağlanacaktır.

Bu çalışma, duygusal sıkıntı yaşayan hastaların gereksinimlerinin belirlenmesi ve hemşirelik bakım girişimlerinde affetme gereksinimlerinin de karşılanmasında literatür desteği sağlayacaktır.

Çıkar Çatışması

Bu makalede herhangi bir nakdi/aynı yardım alınmamıştır. Herhangi bir kişi ve/veya kurum ile ilgili çıkar çatışması yoktur.

Yazarlık Katkısı

Fikir/Kavram: MŞ, FD; **Tasarım:** MŞ, FD; **Denetleme:** MŞ, FD; **Kaynak ve Fon Sağlama:** Yok; **Malzemeler:** Yok; **Veri Toplama ve/veya İşleme:** Yok; **Analiz/Yorum:** MŞ, FD; **Literatür Taraması:** MŞ, FD; **Makale Yazımı:** MŞ, FD; **Eleştirel İnceleme:** MŞ, FD.

Kaynaklar

1. Rotter JC. Letting go: Forgiveness in counseling. *IAMFC*. 2001 Apr;9(2):174-77.
2. McCullough ME, Pargament KI, Thoresen CE. The psychology of forgiveness: history, conceptual issues, and overview. In: McCullough ME, Pargament KI, Thoresen CE (ed). *Forgiveness: Theory, research, and practice* (p. 1-14). New York: Guilford Press; 2000.
3. Worthington EL. *Dimensions of forgiveness: Psychological research and theological perspectives*. Philadelphia: Templeton Press; 1998.
4. tdk.int[Internet]. *Türk Dil Kurumu*; 2021 [cited 29 Mart 2021]. Erişim: <http://tdkterim.gov.tr/bts/?kategori=verilst&kelime=ele%FEtirel&ayn=tam>.
5. oed.int [Internet]. *Oxford English Dictionary*; 2021 [cited 2021 March 29]. Available from: <http://oxforddictionaries.com/search/words/?multi=1&q=criticalthinking>.
6. McCullough ME, Witvliet CVO. The psychology of forgiveness. In: Snyder CR, Lopez SJ (ed). *Handbook of positive psychology* (p. 446-58). New York: Oxford University Press; 2002.
7. Hargrave TD, Sells JN. The development of a forgiveness scale. *J Marital Fam Ther*. 1997 Jan;23(1):41-62.
8. DiBlasio F, Proctor JH. Therapists and the clinical use of forgiveness. *Am J Fam Ther*. 1993 Jun;21:175-84.
9. North J. Wrongdoing and forgiveness. *Philosophy*. 1987 Oct;62(242):499-508.
10. Smedes LB. *Forgive and forget: Healing the hurts we don't deserve*. New York: HarperCollins; 1984.
11. Piderman KM. Forgiveness: How to let go of grudges and bitterness [Internet]. 2010 [cited 2021 March 29]. Available from: <http://clarkschapel.org/Forgiveness.pdf>.
12. Minas A. God and forgiveness. *Philos Q*. 1975 Apr;25:138-50.
13. Enright RD, Gassin EA, Wu C. Forgiveness: A developmental view. *J Moral Development*. 1992 Aug;21:99-114.
14. Enright RD, Coyle CT. The use of forgiveness in marital therapy. In: McCullough ME, Pargament KI, Thoresen CE (ed). *Forgiveness: Theory, research and practice*. New York: Guilford Press; 1998.
15. Enright RD, Fitzgibbons RP. *Helping clients forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope*. America: American Psychological Association; 2000.
16. Denham S, Neal K, Wilson B, Pickering S, Boyatzis C. Emotional development and forgiveness in children: Emerging evidence. In: Worthington EL, editors. *Handbook of forgiveness*. New York: Routledge; 2005. p. 127-42.
17. Hall JH, Fincham FD. Self-forgiveness: The stepchild of forgiveness research. *J Soc Clin Psychol*. 2005 Aug;24(5):621-37.
18. Enright RD. The Human development study group. Counseling within the forgiveness triad: On forgiving, receiving forgiveness, and self-forgiveness. *Counseling and Values*. 1996 Jan;40:107-26.

19. Witvliet CVO. Unforgiveness, forgiveness and justice: Scientific findings on feelings and physiology. In: Worthington EL (ed). *Handbook of forgiveness* (p. 305-319). New York: Brunner-Routledge; 2005.
20. Rusbult CE, Hannon PA, Stocker SL, Finkel EJ. Forgiveness and relational repair. In: Worthington EL (ed). *Handbook of forgiveness* (p. 185-205). New York: Routledge; 2005.
21. Thompson LY, Snyder CR, Hoffman L, Michael ST, Rasmussen HN, Billings LS et al. Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *J Personal*. 2005 Apr;73:313-59.
22. Waltman A, Russell DC, Coyle CT, Enright RD. The effects of a forgiveness intervention on patients with coronary artery disease. *Psychology and Health*. 2009 Sep;24(1):11-27.
23. Wade NG, Worthington EL. Overcoming interpersonal offenses: Is forgiveness the only way to deal with unforgiveness? *J Couns Dev*. 2003 Dec;81(3):343-53.
24. Gordon KC, Baucom DH. Forgiveness and marriage: Preliminary support for a measure based on a model of recovery from a marital betrayal. *Am J Fam Ther*. 2003 Nov;31:179-99.
25. Hargrave TD. Families and forgiveness: A theoretical and therapeutic framework. *Fam J*. 1994 Oct;2(4):339-48.
26. Mullet E, Azar F. Apologies, repentance and forgiveness: A Muslim-Christian comparison. *Int J Psychol Relig*. 2009 Oct;19:275-85.
27. Bugay A, Demir A. Hayata ilişkin özelliklerin başkalarını affetmeyi yordaması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 2011;4(35):8-17.
28. Alpay A. Yakın ilişkilerde affetme: Affetmenin bağlanma, benlik saygısı, empati ve kıskançlık değişkenleri yönünden incelenmesi [yüksek lisans tezi]. [Ankara: Ankara Üniversitesi; 2009. 133.
29. Aşçıoğlu Önal A. Bilişsel çarpıtmalar, empati, ruminasyon düzeyinin affetmeyi yordama gücünün incelenmesi [yüksek lisans tezi]. [Ankara: Ankara Üniversitesi; 2014. 177.
30. Fehr R, Gelfand MJ, Nag M. The road to forgiveness: A Meta-Analytic synthesis of its situational and dispositional correlates. *Psychol Bull*. 2010 Sep;136(5):894-914.
31. Atçeken M. Dindarlık, evlilik doyumu ve kişilik özelliklerinin başışlama ile ilişkisi incelenmesi [yüksek lisans tezi]. [İstanbul: Haliç Üniversitesi; 2014. 77.
32. Ayten A. Affedicilik ve din: affetme eğilimi ve dindarlıkla ilişkisi üzerine amprik bir araştırma. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 2009 Mar;37(2):111-28.
33. Freese J. Risk preferences and gender differences in religiousness: Evidence from the world values survey. *Review of Religious Research*. 2004 Sep;46:88-91.
34. Miller A, Hoffmann J. Risk and religion: An explanation of gender differences in religiosity. *J Sci Study Relig*. 1995 Mar;34(1):63-75.
35. Uysal V. Genç yetişkinlerde affetme eğilimleri ve dini yönelim/dindarlık. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 2015 Jun;48:35-56.
36. Gull M, Rana SA. Manifestation of forgiveness, subjective well being and quality of life. *J Behav Sci*. 2013 Nov;23(2):17-36.
37. Miller A, Worthington EL, McDaniel MA. Gender and forgiveness: A meta-analytic review and research agenda. *J Soc Clin Psychol*. 2008 Oct;27(8):843-76.
38. Girard M, Mullet E. Forgiveness in adolescents, young, middle-aged, and older adults. *J Adult Dev*. 1997 Oct;4:209-20.
39. Mullet E, Houdbine A, Laumonier S, Girard M. Forgiveness: Factor structure in a sample of young, middle-aged, and elderly adults. *Eur Psychol*. 1998 Jun;3(4):289-97.

40. Krause N, Ingersoll-Dayton B. Religion and the process of forgiveness in late life. *Review of Religious Research*. 2001 Mar;42:252-76.
41. Kağıtçıbaşı Ç. Benlik, insan ve aile gelişimi: Kültürel psikoloji. Koç Üniversitesi Yayınları; 2010.
42. Ayten A, Gashi F. Affetme ve hayat memnuniyeti üzerine karşılaştırmalı bir araştırma. *Balkan Araştırmaları Dergisi*. 2012 Dec;3(2):11-36.
43. Bugay A, Mullet E. Conceptualizing forgiveness, granting forgiveness, and seeking forgiveness: A Turkish-French comparison. *Review of European Studies*. 2013 Oct;5(5):187-96.
44. McFarland MJ, Smith CA, Toussaint L, Thomas PA. Forgiveness of others and health: Do race and neighborhood matter? *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci*. 2012 Dec;67(1):66-75.
45. Worthington EL, Witvliet CVO, Pietrini P, Miller AJ. Forgiveness, health, and well-being: A review of evidence for emotional versus decisional forgiveness, dispositional forgivingness, and reduced unforgiveness. *J Behav Med*. 2007 Apr;30(4):291-302.
46. Kaya ÖS, Orçan F. Mutluluğun empati, affetme ve yaşam doyumu arasındaki aracı rolü: Bir yol analizi. *Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 2019;19(2):540-54.
47. Topbaşoğlu Altan T, Çivitci A. Öfke ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide affetmenin düzenleyici rolü. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. 2017;9(18):308-27.
48. Tse WS, Yip THJ. Relationship among dispositional forgiveness of others, interpersonal adjustment and psychological well-being: Implication for interpersonal theory of depression. *Personality and Individual Differences*. 2009 Feb;46(3):365-68.
49. Krause N, Ellison CG. Forgiveness by God, forgiveness of others, and psychological well-being in late life. *J Sci Study Relig*. 2003 Mar;42:77-93.
50. Witvliet CVO, Phipps KA, Feldman ME, Beckham JC. Posttraumatic mental and physical health correlates of forgiveness and religious coping in military veterans. *J Trauma Stress*. 2004 Jun;17(3):269-73.
51. Freedman SR, Enright RD. Forgiveness as an intervention goal with incest survivors. *J Consult Clin Psychol*. 1996 Nov;64:983-92.
52. Vatanserver M. Alkol bağımlılığı olan ve olmayan bireylerde affetme ile utanç-suçluluk duyguları ve öfke ruminasyonu arasındaki ilişkinin karşılaştırmalı olarak incelenmesi [yüksek lisans tezi]. [Ankara]: Ankara Üniversitesi; 2016. 115.
53. Hansen MJ, Enright RD, Baskin TW, Klatt J. A palliative care intervention in forgiveness therapy for elderly terminally-ill cancer patients. *J Palliat Care*. 2009 Feb;25(1):51-60.
54. Dashtipour M, Vahedi H, Taher M. The comparison of personality traits, forgiveness, and resilience between the patients with cancer and healthy persons. *International Journal of Health Studies*. 2019 Jul;4(3):27-30.
55. Brosche TA. A grief team within a healthcare system. *Dimens Crit Care Nurs*. 2007 Jan-Feb;26(1):21-8.
56. McCullough ME, Worthington EL, Rachal KC. Interpersonal forgiving in close relationships. *J Pers Soc Psychol*. 1997 Aug;73:321-36.
57. Tekinalp BE, Terzi Ş. Terapötik bir araç olarak bağışlama: İyileştirici etken olarak bağışlama olgusunun psikolojik danışma sürecinde kullanımı. *Eğitim ve Bilim*. 2012; 37(166):14-24.
58. Ferrell B, Otis-Green S, Baird P, Garcia A. Nurses' responses to request for forgiveness at the end of life. *J Pain Symptom Manage*. 2014 Mar;47(3):631-41.
59. Wade NG, Worthington EL, Meyer JE. But do they work? A Metaanalysis of group interventions to promote forgiveness. In: Worthington EL (ed). *Handbook of forgiveness* (p. 423-40). New York: Brunner-Routledge; 2005.
60. Recine AG, Recine L, Paldon T. How people forgive: A systematic review of nurse-authored qualitative research. *J Holist Nurs*. 2019 Jun;38(2):1-19.
61. Kongsuwan W, Locsin RC. Promoting peaceful death in the intensive care unit in Thailand. *International Nursing Review*. 2009 Apr;56(1):116-22.
62. Renz M, Bueche D, Reichmuth O, Schuett MM, Renz U, Siebenrock R, Strasser F. Forgiveness and reconciliation processes in dying patients with cancer. *Am J Hosp Palliat Care*. 2019 Aug;37(3):1-13.
63. Tae YS, Youn SJ. Effects of a forgiveness nursing intervention program on hope and quality of life in woman cancer patients. *Asian Oncology Nursing*. 2006;6(2):111-20.